

フォーカシングによるパラレルプロセスの気づき ——スーパーバイザー自身の体験の吟味

伊 藤 研 一

論文要旨

スーパービジョンにおいて生じるパラレルプロセスについて、スーパーバイザーがフォーカシングを行なうことによって気づいた事例を検討した。パラレルプロセスとは、精神分析における概念である。クライアント、治療者間で生じた転移、逆転移関係が、スーパーバイザー、スーパーバイザー間に持ち込まれる。筆者が行なっていたスーパービジョンで感じていた違和感についてフォーカシングしたところ、スーパーバイザーの言動によって「良い気持ち」を感じている自分に気づいた。その感じをもとに、次回のスーパービジョンセッションで、ある局面でスーパーバイザーに「どんな感じがしているか」尋ねたところ、「良い人になろうとしている」と答えた。それはまさにクライアントが治療者であるスーパーバイザーに「良い面」を見せようとしていることに対応していた。このことにスーパーバイザーは実感として気づくことができた。スーパーバイザーがフォーカシングによってパラレルプロセスに気づくことの利点について検討した。

キーワード【フォーカシング、スーパービジョン、パラレルプロセス、スーパーバイザー、逆転移】

I. はじめに

スーパービジョンにおけるパラレルプロセス（parallel process）という概念は精神分析理論の「転移」「逆転移」に端を発している。すなわち、クライアント、治療者間における転移、逆転移が、スーパーバイザー、スーパーバイザー間の転移、逆転移に持ち込まれるというものである。このことを初めて指摘したのがサールズ（Searles, H. F., 1955）であり、サールズによれば、スーパーバイザーはスーパービジョン中の自分自身の感情を利用して、ケースを的確に理解することができ、スーパーバイザーを教育し、さらにクライアントを援助できる。実際、スーパーバイザーがパラレルプロセスに着目してスーパービジョンを行なった事例が報告されている（たとえば Rodriguez, C. I et al., 2008）。またパラレルプロセスが存在するという実証的研究（Tracey, T. J. G, et al., 2012）もある。日本では、スーパーバイザーがパラレルプロセスに気づいてスーパービジョンとケースが展開した事例（津島、2005；東畑、

2011)、スーパーバイザーが気づいてスーパービジョンで取り上げて、スーパーバイザーがクライアントとの関係を深く理解するにいたった事例(青木、1999)がある。

振り返って自分のスーパーバイザー経験を振り返ってみると、さほど自分自身の感情や感覚に注目した覚えはない。自分自身がスーパービジョンを受けた経験があり、またどのようにケースを見立てるか、どのように関わるかについての自分自身の方法がある程度確立していて、それらをスーパーバイザーが提示したケースについて適用して、さらにスーパーバイザーとディスカッションするという方式だった。そのことで、時に「伝わらない」「スーパービジョンはむずかしい」と感じることはないではなかったが、そのことが取り組むべき問題と感じられたことはなかった。

要するにスーパービジョン関係は、自分にとっておおむね親和的なものであった。もしくは違和感をもたらすような情緒的な相互作用に注目してこなかったのかもしれない。今回、スーパービジョン関係に筆者が違和感を感じ、それについてフォーカシングで取り組む機会を持った。その事例を検討して、スーパービジョン関係におけるフォーカシングによるパラレルプロセスの気づきについて考察する。

II. スーパービジョン経験に対するフォーカシング

1. スーパーバイザーの概要

30代女性Aさん。大学院修了後、総合病院の精神科外来で臨床心理士として働いている。臨床経験は6年目にはいる。うつ病やパーソナリティ障害のクライアントを担当している。

2. スーパーバイザーの違和感

熱心にスーパービジョンに通い、レジュメをきちんと準備して取り組み、ケースの治療には成果がみられると筆者には感じられた。一方で、筆者は、スーパーバイザーが①クライアントが表明する否定的な発言を共有することが苦手で、肯定的に捉え直して返したり、助言や説明をしたりすること②自分自身の否定的な感情や葛藤を押さえ込んでしまう傾向があることが気にかかっていた。また、スーパービジョン中に、筆者が発言する兆しを感じるやいなや、自分の発言をとめて「どうぞ」ということにひっかかりを覚えていた。フォーカシングではこのスーパーバイザーに関する違和感を取り上げた。

3. フォーカシングの過程

ガイドは米国フォーカシング・インスティテュート認定フォーカシングトレーナーのBさん。フォーカサーは筆者である。(以下Gはガイドの発言、Fはフォーカサーの発言で、後に続く数字は何番目の発言であるかを示している)

(1) スーパーバイジーの「どうぞ」という発言への違和感

(前略)

F6 : えーとね、おなかの感じはし始めてるんですが、スーパービジョンをしているスーパーヴァイジーなんです。(はい) スーパーヴァイジーに対して引っかかってることがあって。(はい) えっと、30代の女性で、精神科のクリニックで臨床心理士をしてるんですけど、ここ1年、1年は経ってない。半年位、半年位かかわってるスーパーバイジーなんですが、あの…。すごく真面目な人。あ、そうそう。あの、一番それが、ここが引っかかるなっていうのが、こう、やりとりしているときに、私がなんか言おうとしたのを察知すると、「どうぞ」って言うんだよね。それがかなり引っかかるかな。

G7 : どんな引っかかりかなっていうのは。

F7 : ああああ、引っかかりがね。「どうぞ」っていわれると、こちらが言おうとしてたから、こちらがなんかその、ケースについて言おうとしてたから、そりゃ言うんだけど、なんかお腹のあたりの上の方は、なんかあるんですけど。

G8 : お腹の上の方になんか。

F8 : それがその「どうぞ」、「どうぞ」。つまり自分の言いたいことを、そのスーパーバイジーは、自分の言いたいことを止めて、「先生、どうぞ」。

G9 : ああ、スーパーバイジーが自分の言いたいことを止めて、「先生どうぞ」。

F9 : それが引っかかってる。それに近い感じを拾い集めると、そのスーパーバイジーの人は。ああ、そうか。クライアントから質問されると、たとえば「ここ来ると、あとで羽目を外してしまいたくなるんですが、どうしてなんでしょうかね」ってクライアントに質問されると、「それはこれこれこういうことだからですよ」とか言うんだよね。で、私からするとそれじゃクライアントが考えなくなっちゃうよね。あつ、そうか、そこですね。せつかくクライアントがそう聞いて来たんだから、そのことをどう考えるか一緒に考えたり感じたりすることが大事なのに。すごく似てますよね。

G10 : うん、ちょっと繋がってる感じが。両方を感じてみて。

F10 : うんうん。形はすごく相似形で、なんだけど、そこにあるもの、そこにあるもの。うん。

G11 : 答えてしまう。2番目のことなんですけど、その時の体の感じているのはどんな感じ。

F11 : 答えてしまう。私が答えてしまう？

G12 : じゃなくて、バイジーの方がクライアントさんに質問されて答えてしまうというのを聞いたときの自分の体の感じ。

F12 : そっちはね…。そっちもなんかここにくる感じがあるんだけど。うん。なんでそうするかなっていう感じが。なんでそうするかな。

G13：なんでそうするかな。

(2) スーパーバイザー自身に対する気がかり

F13：なんでそうするかな。で、普通スーパービジョンでも、そこで答えない方がいいんだよねっていう話をしているんだけど…。そうじゃないんだよねといっても、本当にはわかってないんじゃないかなという感じがどこかにある。体の感じは確かにここにある。…ちょっと行き詰って来ました。

G14：本当はわかってないんじゃないかなっていう、最後に言った言葉は、どうなんでしょう。

F14：そこなんだよね。そこなんですよね。本当にはわかってない。

G15：なんでいつもそうかな、本当はわかってないんじゃないかな。

F15：わかってないんじゃないかな。そうか。つまりスーパービジョンしてるんだけど、スーパーバイザーの行動が変わってない。

G16：変わってない。

F16：変わってない。あれ、これ、うまくない、記録をみて、ここでこういう風に言いましたってのが出た時に、あれ、この前にもすでにスーパービジョンしてるよな、それが全然生かされてないよなという感じなんですよ。

G17：生かされてないような。

F17：生かされてない。これはちょっと馴染みの感じかなと思ってみます。馴染みの感じかちょっと思ってみたんですが…。ちょっと他のスーパーバイザーの。ああ、違うんだね。他のスーパーバイザーにはあまり感じない。

G18：その方固有の感じがね。はいはい。

F18：そうそうそう、そうなんだ。なんかスーパービジョンで扱うもの以外のものを、以外のものっていうか、その人の在り方自体に、ちょっと。一見素直なんです、一見素直。「教えていただきました」「このスーパービジョンで初めてなんか違うなと思いました」と言うんですけど。ああ…そう、そうそう。スーパービジョンだから、以外の、ケースの見立てであるとか、どうそこで関わるとか、それ以上のことが気になるんですね。

G19：それ以上のことが気になる。その人自身の。

F19：あ…そうそう。その人自身が気になるんだね。ケースどうこうもある、スーパービジョンはするんだけど、でも、スーパービジョンだし。(うんうん) ああ、でも、その人自身が気になるというのはある。

G20：でもスーパービジョンだからという(そうそうそう)違和感、そこに焦点を当てるのも一つだと思うんですけど。

F20：スーパービジョンだしなというのと、その人自身が気になるというのが一つと、もう

一つなんでしたっけ。

G21：ここはスーパービジョンだからなという、自分の中でのこう、戸惑いというか揺らぎというかが一つと、その人自身についてどんな風に気になるか、ご自身を感じてみるという。(はいはい、はいはいはい) 他にもあるかもしれないんですけど

F21：そうそう。でもスーパービジョンだしなというのと、その人自身が気になる。と、でも、スーパービジョンはスーパービジョンなんだけど、このまま進んでいいのかな、このままスーパービジョンとして進めていいのかな。

G22：スーパービジョンとして進めていいのかな。

(3)「教えたくなる自分」と良い気持ちを感じる自分

F22：もう一つは、このまま進むのは良くないんじゃないかっていうのがあるんだけど。もう一つは、その、教えたくなる自分がある。確かに(はいはい、教えたくなる自分がある) 教えたくなる自分がある。それはすごく意識、それはもうすごく意識するので、あ、ここでなんかまた教えたくなってるよな、そうじゃなくて一緒に考えてみようよっていう風にしてるよなと思うんだけど。(教えたくなる) 教えたくなって、ちょっと良い気持ちになる、こちらがね。いやちょっとじゃない、かなり良い気持ち。それかあ(ちょっと良い気持ち)それがなんかね、ああ、でも変わってないんだな。このままなんか進んでいいんだろうか。ああ、その人自身が気になる、その人自身が気になる。教えたくなって、かなり良い気持ちになる。

G23：その人がかなり気になる。このまま進めていいのかな、良くないと思う、どこかで。1つは教えたくなって良い気持ちになる。

F23：良い気持ちになる。それがね、なんかこう、この辺りにまとまってますね。あ、この辺り。教えたくなる。で、かなりその人が気になる。

G24：その中ですごく強い感じとか、弱い感じとか、強弱はありそうですか？

F24：強弱。3つはね、なんかちょっと、3つはやっぱり比較的同じくらいだね。あ、でも、出発は「どうぞ」なんだよね。「どうぞ」「どうぞ」。ああ、かなり良い気持ち<笑>「どうぞ」、って歌手、出番待ちの歌手が「どうぞ」っていわれて出てくるじゃない、それが思い浮かんだ(舞台の上)それかな〜。あ〜、うん、うん。これは問題にしなきゃいけないっていう感じが、かなりはっきりして来ましたね。このまま進めない。(このまま進めない。問題にしなきゃいけない) 問題にしなきゃいけない。このまま進めない。このまま進めない。ずっとこれを感じてきたんだからって。

G25：問題にしなきゃいけないんだ。

F25：うん…。

G26：お時間を最初にうかがわなかったんですけど。

F26: あ、え〜とね。あ、そうだ、結構、そんなに長く経ってないですかね。

G27: まだそんなではないですけど。

F27: なんとなく納まった感じがありますね。

G28: 具体的に、またこの方はいらっしゃる。

F28: で、また展開する気がする。

G29: そうですね。例えばこれはどっちでもいいかなと思いながら提案だけするんですけど、その方が、またその感じが自分に起こってきた時に、どんな風に問題にできそうかなとか、どんな風にしたいかなとか、したがつてるのかなというのを体の感じとして確かめ（具体的にね）具体的に。どんな感じだと問題にできそうかな。

F29: 恐らく「どうぞ」というシーンはまた出てくると思う（そうでしょうね）その時に…その人自身は今どんな感じなのか。

G30: あ、ここで、今。自分との。

F30: はいはいはい。

G31: 「どうぞ」ということをご自分がどう感じているかを確かめる。（はい）なるほど。

F31: はい。そこから入って行ったらどうかな。そうしないと、そこでこっちがああ、先に方向付けしちゃうと、そこに留まれなくなる気がしますね、その人は。

G32: その人自身の今の感じを返す。

F32: はい。その時こちらの感じを返してもいいんですけど。なんか「どうぞ」と言われて、なんかすごく居心地が悪い。

G33: こちらはこう、今居心地が悪いとか、舞台の袖で「どうぞ」と言われてる気がするとか。

F33: ま、そのこと、「どうぞ」というのがすごく引っかかっているというのは前にもちょっと言ったことがあるので、それから多少ね、あ、その人も多少巧妙になってという言い方はあれなんだけど、あんまりはっきりは言わなくなったんだけど、でも言うんですよ。そのまま、と最初は思ってた。うん、あ、そこがすごくポイントな気がしますね。

G34: その人が、その人自身のとても気になっていることと、このままでいいのかな、いやよくないというのと。それから、自分が気持ち良くなっちゃうからっていうの、全部をひっくるめて、今の、この人自身に返すという形で良さそうかどうか。その人自身の感じ。今の感じ。

F34: はい。良い感じがしますね。こちらも感じているから、その感じが。共有できると。

G35: こちらも感じている、でも、こちらの感じを伝えるよりは、感じながらも相手の感じを確かめる。

(4)「良い気持ち」を味わう

F 35：そんな感じがします。ああ、良い気持ちになってきたね。(うん) うん<笑>

G 36：それはその人との間でやっぱり起こってる。

F 36：良い気持ちになってたというよりは、良い気持ちっていうのはあれだね、いい気になってた。ああ、良い気になってたね。

G 37：なるほど。

F 37：ああ、いい気になってた (いい気になってた)「どうぞ」。いい気になってた自分がいる、確かに<笑>

G 38：いい気になってた自分がいた。

F 38：いい気になってたな<笑>

ああ、面白かったね。「どうぞ」か。「研一先生、どうぞっ！」(手のひらを前に伸ばすしぐさがつく) 極端にやればね。

(後略)

4. その後のスーパービジョン

スーパーバイザーが(おそらく)自覚していないながらスーパーバイザーを「良い気持ち」にさせようとしていることに気づき、適切な折にその点について検討しようと筆者は考えた。ただし、その点を筆者が「指摘」して、「良い気持ち」にならないように気をつける必要があると考えた。

そこで、スーパービジョンで、スーパーバイザーの担当クライアントが面接に対するかすかな否定的な気持ちを示唆し、どうしてそうなるかについての理由を A さんに尋ねた。そのときに、スーパーバイザーはその否定的な気持ちを受け止めるより先にその気持ちの由来をクライアントに説明した局面を捉えた。筆者が「このとき、どんな気持ちだった？」と聞くと、内省的な表情になり、「良い人になりたかった」とスーパーバイザーは答えたのである。そして、そのクライアントも面接ではあまり不満や怒りなどの感情をあらわさない「良い人」であることが多く、面接以外の場面でカウンセラーであるスーパーバイザーを心配させるような行動をとることに気づいた。

その後のスーパービジョンでも、「説明」をしたり、問いに対する答えをしてしまうことが見受けられるが、そのときの自分の気持ちに以前より自覚的になり、少しずつその傾向は減っていった。何より「良い人になろうとする」動きをお互いに取り上げて検討することができるようになった。

Ⅲ. 考察

1. スーパービジョンについてのフォーカシング過程について——「どうぞ」から「いい気になってた」へ

筆者はそれまでの自分のやり方でAさんとスーパービジョンをしながら感じている違和感をF6で取り上げた。筆者が発言する気配を素早く察して、自分の発言をぴたりとやめて「どうぞ」ということに関する違和感である。

F9でその違和感は、スーパーバイザーがクライアントの問いに対してすぐに説明という答えを提供していることとつながっていることを感じている。しかもスーパーバイザーが「答えないほうがいい」と助言しても、その助言にはしたがないスーパーバイザーのあり方ともつながっている (F13)。そこで行き詰まりが生じるが、G14で「本当はわかっているんじゃないか」というF13の中の重要なフレーズに注意を向けられることで、再び展開を見せる。そして、それまでの自分の「スーパービジョン」では、ケース理解については一緒に考えたり、助言したりするが、スーパーバイザー個人のあり方には触れない、という方針に抵触する感じであることに気づく (F18)。

その感じを認めてみると、一方で「教えたくない自分」とそのことで「良い気持ち」になる自分があることが浮かび上がってきた (F22)。この感じは筆者の有能感をくすぐる感じであった (F23)。しかし同時に居心地の悪い感じであるからこそ認めがたかったのである (F32)。あらためてそのような感じを認めて、受け入れると、それが予想以上に良い感じであることに気づき (F35)、スーパーバイザーの「どうぞ」や「説明したがること」は無理からぬことと感じられた。ただ、それは私からすると「良い気持ち」というより「良い気になっている」という照れくさく、気恥ずかしい感じであった。

2. パラレルプロセスという観点から

先述したように、クライアントと治療者の関係がスーパーバイザーとスーパーバイザーとの関係に持ち込まれるというのが「パラレルプロセス」という概念である。

フォーカシング後のスーパービジョンで、クライアントの否定的な表現に対して、Aさんは「良い人」になりたくて、否定的な気持ちの由来を説明している自分に気づいた。クライアントも治療者の感情を害したくなくて、否定的な感情を示唆しながらも、その理由を問うという行動をとったのである。

表 パラレルプロセス

治療者クライアント関係		スーパーバイザー、スーパーバイジー関係	
クライアント→治療者	「ここに来ると、あとで羽目を外したくなるのはどうしてか？」という質問という形で聞く（治療者の気持ちを害したくないので表面上は説明、助言を求める）	スーパーバイジー→スーパーバイザー	スーパーバイザーが発言する気配を察知すると、即座に自分の発言を中止し、「どうぞ」（説明、助言を求める）
治療者→クライアント	質問に答えて、助言する（良い人になりたい） 無自覚←スーパービジョンで気づく	スーパーバイザー→スーパーバイジー	「どうぞ」に応じて助言する（「担ぎ上げられた」感じで良い気持ちになる） 違和感←フォーカシングで取り上げる

この治療者クライアント関係がスーパーバイジーとスーパーバイザーとの関係に持ち込まれたと考えられる（表）。ここに違和感を抱き、フォーカシングを行ない、気づきを得ることによって、治療者クライアント関係に戻してスーパービジョンで検討できたのである。これはクライアントとの面接における関係は良好であっても、現実場面で行動化してしまうクライアントへの治療者の違和感ともつながる。

3. フォーカシングを用いてスーパーバイザー自身の体験を吟味する意味

スーパービジョンは多くの場合、心理臨床経験年数の多い年長者が経験年数の少ない心理臨床家にケースを通して、スーパーバイザーのケースへの取り組み方を伝えるということになる。いわば後継者の育成である。それが教育、指導という上下関係の色彩の強い形になるか、成田（2000）のというようなコンサルタント的な形になるかの幅はあっても、心理療法の「伝承」という側面があることは確かであろう。スーパーバイジーにとっては特にスーパーバイザーという「人」そのものを取り入れる経験となる。多くのベテラン心理臨床家が心理療法の習得において「師匠につく」ことの重要性を説いているのはそのことに重なる。

東畑（2011）がいうように「初心のスーパーバイジーはスーパーバイザーからの助言や指導を真に受けて、それを模倣し、そのまま実践する必然性がある」。そういう段階がある。そのような関係では「違和感」は生じようがない。それで十分にケースの進展がみられる場合は特にそうだろう。

しかし、スーパーバイジーがクライアントに難渋している場合、精神分析的に言えば「治療者（スーパーバイジー）が患者との治療関係、特に転移、逆転移関係において何が起っているかよく理解できていない」（青木、1999）場合、その治療者、クライアント関係がスーパービジョンに持ち込まれる。

このような場合、スーパーバイザーにとっては大きな負担となる。それは①クライアントとの関係で苦勞して、しかもどうしてそうなっているかわからない②「師」と仰いでいるスーパーバイザーに不信や不満が生じたり、逆に「師」の期待通りにできない自分を責めたりしてしまう、からである。実際、津島（2005）は、スーパーバイザーからクライアントにもっと共感しなさいと指摘され、もう共感できないと「ふてくされてしまい」スーパービジョン終了後、無性に腹が立ったと述べている。また東畑（2011）も境界例女性のクライアントが面接場面で行動化して、そのことに何とか対処しようと求めたスーパービジョンでスーパーバイザーから治療を終結して引き継ぐように指示され、その提案を受け入れた後、「やり場のない悔しさ」「痛み」を痛感している。二事例ともその経験をクライアント理解に生かして、治療は進展している。しかし、二事例ともスーパーバイザーはスーパーバイザーがそこまでの苦痛を感じていること、さらにはそれがパラレルプロセスに由来していることに気づいていないように見受けられる。

もちろん、心理臨床家たるもの、そのくらいの大変な思いを経験してこそ成長があるという考え方があり、筆者もそのことに同意する。

しかし、クライアントへのスーパーバイザーの責任を考えると、すくなくともパラレルプロセスに気づいている必要があると考えられる。すなわち「単にスーパーバイザーに理論や技法を教えるだけではなく、自らの逆転移感情をモニターする必要がある」（青木、1999）。

「モニターした逆転移感情」をスーパーバイザーに伝えるかどうか、伝えるとしてどのように伝えるかについては、考慮する必要があるが、相対的に心理的余裕があるスーパーバイザーはパラレルプロセスに気づきやすい立場にある。スーパーバイザーが気づいていれば、スーパーバイザーもパラレルプロセスに気づきやすくなり、クライアントをより深く理解することにつながる。青木（1999）の事例でも、スーパーバイザーとして感じた違和感をスーパーバイザーに伝えて検討し、スーパーバイザーはクライアントとの関係で起きていることとクライアントの母親との関係がつながっていることに気づいている。

「逆転移感情」をモニターする上で、フォーカシングはきわめて有効な手段である（神田橋、1990）。平野（2012）は、スーパービジョンではなく、セラピスト・フォーカシング（注）のセッションではあるが、そこで感じた違和感をフォーカシングで吟味して展開が生まれた事例をあげている。スーパービジョンにおいて、スーパーバイザー自身の体験を吟味することがより役に立つことが本事例で示されたといえよう。

文献

青木滋昌（1999）「スーパービジョンにおけるパラレル・プロセスについて」『精神分析研究』43（4）、374-376。

- 平野智子「対人援助職としてのフォーカシングの有効性の検討」『心身医学』52 (12)、1137-1145。
- 神田橋條治 (1990)『精神療法面接のコツ』岩崎学術出版社。
- 成田義弘 (2000)「スーパービジョンについて—私の経験から—」『精神分析研究』44 (3)、250-257。
- Rodriguez, C. I., Cabaniss, D. L., Arbuckie, M. R., and Oquendo, M. A. (2008) “The Role of Culture in Psychodynamic Psychotherapy: Parallel Process Resulting From Cultural Similarities Between Patient and Therapist”, *American J. of Psychiatry*, 165, 1402-1406.
- Searles, H. F. (1955) “The informational value of supervisor’s emotional experiences”, *Psychiatry*, 18, 135-146.
- Tracey, T. C. J., Bludworth, J., and Glidden- Tracey, C. E. (2012) “Are There Parallel Processes in Psychotherapy Supervision? An Empirical Examination”, *Psychotherapy*, 49, 330-349.
- 東畑開人 (2011)「“Super-Vision”を病むこと」『心理臨床学研究』29 (1)、4-15。
- 津島豊美 (2005)「パラレルプロセスの気づきと理解は治療者にどう影響するか」『精神分析研究』49 (2)、162-170。

謝辞

本論文は平成 25 年度学習院大学人文科学研究共同研究プロジェクト「初心セラピストにおけるセラピスト・フォーカシングとスーパービジョンの関連性」予算の支援を受けて作成された。記して感謝の意を表します。また本事例の発表を快諾してくださった A さんに感謝します。

ENGLISH SUMMARY

Relationships between Focusing for Therapists and Case-Supervision in Beginner-Therapists

ITOH Kenichi

In a case concerning parallel process in psychotherapy supervision, the author examines a focusing session. Parallel process is an interesting concept in psychoanalysis. Transference and countertransference between therapist and client are brought about in the relationship between supervisor and supervisee. A focusing session about uncomfortable feelings arising during supervision made me realize that I actually felt comfortable and happy during the process. When I asked the supervisee in the next supervision what she felt in her therapy session, she answered that she tried to show her good side to her client. As a parallel consequence, her client also tried to show her good side to the therapist. The supervisee comprehended this sequence profoundly. The merits of realizing a parallel process with a supervisor via a focusing session were discussed.

Key Words: Focusing, supervision, parallel process, supervisor, transference